

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

PERFIL NUTRICIONAL E AUTOPERCEPÇÃO CORPORAL DE BAILARINAS ADOLESCENTES

Juliana Granzotto de Vargas¹,
Juliana Rombaldi Bernardi²,
Carin Weirich Gallon³

RESUMO

Foi realizado um estudo de corte transversal, onde os sujeitos de pesquisa foram bailarinas de uma escola de balé de Caxias do Sul, RS, tendo o objetivo de relacionar autopercepção corporal com dados antropométricos e com o consumo alimentar de bailarinas adolescentes. Para avaliar o perfil nutricional, foi feita uma entrevista com questões diretas sobre hábitos alimentares e uma avaliação da autopercepção corporal, bem como uma avaliação antropométrica (peso, altura, Índice de Massa Corporal/idade e Estatura/idade) e, posteriormente, foi aplicado um recordatório 24 horas. Observou-se que a maioria das bailarinas estudadas apresentava-se eutróficas, embora 57,1% desejassem emagrecer. Preocupam-se com o peso 82,1% da amostra. Há uma menor ingestão energética diária e de alguns nutrientes comparados com a referência da faixa etária. Os dados sugerem que as bailarinas adolescentes são suscetíveis a hábitos alimentares inadequados com a finalidade de obterem corpos mais magros.

Palavras-chave: Dança, Nutrição, Imagem corporal.

ABSTRACT

Nutritional Profile and Self Perception of Body Teens Dancers

Was conducted a cross-sectional study, where the research subjects were dancers of a ballet school in Caxias do Sul, RS, with the aim of relating self-perception and anthropometric data with food intake of adolescent dancers. To assess the nutritional profile was made an interview with straightforward questions about eating habits and an assessment of body self-perception, also an anthropometric assess (weight, height, body mass index for age and stature for age). After, it was applied a 24 hour recall. It was observed that most dancers evaluated were eutrophic, while 57,1% wanted to lose weight. They worry about the weight in a percentage of 82,1%. There is a lower daily energy and some nutrients intake compared with the reference age group. The data suggest that adolescent dancers are susceptible to poor eating habits in order to get leaner bodies.

Key words: Dance, Nutrition, Body image.

1-Acadêmica do curso de nutrição da Universidade de Caxias do Sul (UCS)

2-Nutricionista, mestre em Ciências da Saúde, docente da Universidade de Caxias do Sul (UCS)

3-Nutricionista, mestre em Ciências Médicas, docente da Universidade de Caxias do Sul (UCS)

E-mail:

ju.gvargas@gmail.com

Endereço para correspondência:

Juliana Granzotto de Vargas

Rua Nestor Domingos Rizzo, 1336, Desvio

Rizzo - Caxias do Sul, RS

CEP 95110-550

INTRODUÇÃO

Atualmente vivemos em um mundo em que os padrões de beleza parecem essenciais na vida de muitas pessoas, principalmente aquelas que se encontram ligadas à área de dança, que precisam expressar levemente seus corpos em busca de boa performance (Ferreira, Bergamin e Gonzaga, 2008).

O balé clássico é atualmente uma modalidade esportiva bastante difundida na sociedade. É comum a prática desta atividade por crianças e adolescentes, principalmente do gênero feminino (Amaral, Pacheco e Navarro, 2008).

A adolescência compreende o período da vida que começa com o aparecimento das características sexuais secundárias e finaliza com o término do crescimento somático (Mahan, Scott-Stump e Krause, 2010). Caracterizando a adolescência em idade, podemos citar a Organização Mundial de Saúde, que considera como adolescentes a faixa etária compreendida entre 10 e 19 anos (World Health Organization, 2010). Nessa fase, o indivíduo está mudando o corpo e buscando a imagem corporal idealizada, portanto, a alimentação inadequada pode levar a desequilíbrios nutricionais que podem interferir no crescimento e no estado de saúde. (Santos e colaboradores, 2005).

Os adolescentes geralmente sentem-se desconfortáveis com as alterações rápidas dos seus corpos. Seu senso de valor pode ser derivado dos sentimentos sobre seus próprios atributos físicos, uma característica pessoal que os torna vulneráveis a distorções graves (Mahan, Scott-Stump e Krause, 2010).

Raramente, os adolescentes se mostram satisfeitos com sua aparência. Como se pode esperar, as garotas, com frequência, vêem o seu peso e forma corpórea com desaprovação (Vitolo, 2009). A imagem corporal é entendida como a forma pela qual o corpo se apresenta para a própria pessoa (Maturama, 2010). Esse processo de formação da imagem corporal pode ser influenciado por uma série de fatores, incluindo a relação com crenças e valores inseridos em uma cultura (Damasceno e colaboradores, 2005). Não apenas a imagem corporal é influenciada por meios culturais e sociais, o tipo de consumo alimentar também é, onde a qualidade da alimentação pode ser estimada pelo hábito alimentar que é definida como a prática

cotidiana do modo de se alimentar (Kuawe, 2007).

As grandes mudanças físicas que ocorrem na adolescência são responsáveis pelas dificuldades de se adotar um método de classificação do estado nutricional que correspondam à realidade (Vitolo, 2009).

O objetivo deste trabalho foi avaliar o perfil nutricional em relação à avaliação antropométrica e ao consumo alimentar e relacionar com a autopercepção da imagem corporal de bailarinas adolescentes.

MATERIAIS E MÉTODOS

Amostra

Tratou-se de estudo transversal, onde foram avaliadas 28 adolescentes e praticantes de balé, com idade entre 14 a 18 anos, no período de março a abril de 2011. Fizeram parte da coleta de dados as bailarinas de uma escola de dança de Caxias do Sul, RS, que se enquadraram nos critérios de inclusão.

A amostra foi determinada baseada em um nível de confiança de 95% em uma estimativa de que a insatisfação corporal de praticantes de balé está em torno de 80%, a margem de erro para essa proporção é de 15%, o que nos levou a uma amostra de 28 bailarinas (Ferreira, Bergamin e Gonzaga, 2008).

Variáveis coletadas

Entrevista

As bailarinas foram entrevistadas a partir de perguntas estruturadas com dados pessoais, e continha questões relacionadas ao tempo da prática do balé, o tempo destinado por semana para a dança, questões relacionadas com a imagem corporal e a alimentação. A entrevista foi realizada individualmente pela coordenadora da pesquisa, em uma sala separada, na própria escola de dança. A aplicação do questionário durou em média 15 minutos.

Consumo Alimentar

Para análise do consumo alimentar foi aplicado um recordatório 24 horas, onde a aluna relatou para o entrevistador cada alimento e líquidos ingeridos no dia anterior com suas respectivas quantidades (em gramas, mililitros ou medidas caseiras), onde e a que horas comeu/bebeu, como foi preparada a comida/bebida. O Recordatório 24 horas foi

realizado sempre na quarta e quinta-feira, para obter-se um resultado mais fiel ao consumo do dia-a-dia. O cálculo do recordatório 24 horas foi obtido através do Software “DietWin®” Profissional 2008. Além das calorias totais, os macro e micronutrientes analisados foram: carboidratos, proteínas e lipídeos em porcentagens, as Proteínas de Alto Valor Biológico (P.A.V.B) em g/kg/dia, cálcio e ferro em miligramas e fibras em gramas. Os valores de referência para análise da dieta foram os das Recomendações Nutricionais Diárias (DRI) 2002.

Necessidades energéticas e Antropometria

Para o cálculo das necessidades energéticas diárias utilizou-se a fórmula Food and Agriculture Organization / Organização Mundial da Saúde (FAO/OMS) de 1985, pois inclui fator atividade onde foi padronizado fator atividade moderada para todas as alunas.

Para o cálculo da antropometria foi utilizado peso e altura com a finalidade de se calcular as relações Índice de Massa Corporal por idade e Estatura por idade. Para obter o peso, utilizou-se uma balança digital (Britânia®, modelo Corpus). Onde a aluna subiu na balança com o mínimo de roupa possível, descalça, ereta, com os pés juntos e os braços estendidos ao longo do corpo. Foi Mantida parada nessa posição (Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, 2004). O peso foi verificado e anotado em Kg uma vez.

Para aferir a altura das bailarinas foi usado um estadiômetro portátil (Sanny®, modelo Standard). A bailarina foi posicionada no centro do equipamento livre de adereços. Mantida de pé, ereta, com os braços estendidos ao longo do corpo com a cabeça erguida olhando um ponto fixo na altura dos olhos. Foram encostados os calcanhares, ombros e nádegas na parede. Foi abaixado o estadiômetro e fixado contra a cabeça, após a leitura foi realizada (Sisvan, 2004).

O IMC/idade e a Estatura/idade foram classificados conforme percentil, segundo as tabelas de crescimento da OMS de 2007. Estes são os parâmetros recomendados pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) – Ministério da Saúde, para avaliação de adolescentes.

Autopercepção corporal

Para avaliação da autopercepção da imagem corporal utilizou-se a escala proposta

por Stunkard, Sorenson, e Schlusinger (1983). Foi apresentado o conjunto de silhuetas para a pessoa. Após foram feitas duas perguntas: Em qual silhueta você se encaixa atualmente? E qual silhueta você gostaria de ter? Para avaliação da imagem corporal, subtraiu-se a silhueta corporal real da silhueta corporal ideal. Quando a variação ficou igual a zero, classificou-se o adolescente como satisfeito e, se diferente de zero, como insatisfeito. Caso a diferença fosse positiva, houve uma insatisfação pelo desejo de reduzir a silhueta, e, quando negativa, uma insatisfação pelo desejo de aumentar. Esse instrumento foi traduzido e validado para o português (Scagliusi e colaboradores, 2006).

Aspectos Éticos

As bailarinas foram convidadas a participar do estudo e, juntamente com o seu responsável, leram o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)”, as dúvidas foram esclarecidas e, concordando em participar da pesquisa, o responsável e a pesquisadora assinaram o TCLE. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação Universidade de Caxias do Sul – sob o parecer número 490/10 e está sob o cumprimento dos princípios éticos contidos na Declaração de Helsinki (2000) e conforme Resolução 196/96 do CNS – Conselho Nacional de Saúde.

Análise Estatística

Os dados foram analisados através de tabelas, gráficos, estatísticas descritivas. Foram realizados os seguintes testes: Teste Exato de Fisher para a verificação de associação entre as variáveis qualitativas; Teste Kruskal-Wallis e Teste Mann-Whitney para a comparação das variáveis quantitativas. Para todos os testes acima citados, o nível de significância máximo assumido foi de 5% ($p < 0,05$) e o software utilizado para a análise estatística foi o SPSS versão 18.0.

RESULTADOS

Foram avaliadas 28 bailarinas no presente estudo e notou-se que a maior parte delas tinham 14 anos, correspondendo 64,3% do total. Apenas 3,6% tinham 18 anos. Em relação ao tempo de balé, percebeu-se que 85,7% praticavam a dança há cinco anos ou mais.

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

Segundo os índices de IMC/idade e estatura/idade, verificou-se que 89,3% do total da amostra estavam com o IMC adequado e 10,7% estavam com baixo IMC/idade. Na estatura/idade 96,4% estavam adequadas e 3,6% foram consideradas baixa estatura para idade.

Do total da amostra estudada, 82,1% preocupava-se com o peso e 17,9% não. Fizeram dieta 21,4% e, destas, apenas 3,6% foram elaboradas por profissionais. Na autopercepção corporal em relação à escala de silhuetas, observou-se que 57,1% das

bailarinas desejavam emagrecer, 14,3% desejavam engordar e 28,6% estavam satisfeitas com seu corpo (Tabela 1).

Constatou-se que 60,7% da amostra fazem cinco refeições/dia, seguido de 32,1% que realizam quatro refeições/dia. Destacou-se a média de calorias ingeridas por dia com valor de $1497,21 \pm 341,68$ e a média das calorias recomendadas por dia totalizando $2204,18 \pm 159,10$. As demais estatísticas descritivas referentes ao consumo alimentar estão demonstradas na tabela 2.

Tabela 1 - Caracterização da amostra estudada em relação às variáveis: Preocupação com o peso, Fez dieta, Dieta elaborada por profissionais e Silhuetas

Variável	Categoria	Nº casos	%
Preocupação com o peso	Não	5	17,9
	Sim	23	82,1
Fez dieta	Não	22	78,6
	Sim	6	21,4
Dieta elaborada por profissionais	Não	27	96,4
	Sim	1	3,6
Silhuetas	Concordam com seu peso atual	8	28,6
	Desejam engordar	4	14,3
	Desejam emagrecer	16	57,1

Tabela 2 - Estatísticas Descritivas para as variáveis quantitativas relacionadas à dieta

Variável	Mínimo	Máximo	Mediana	Média	Desvio-padrão
Idade	14,00	18,00	14,00	14,75	1,20
Peso	29,30	61,90	50,05	49,02	7,95
Altura	1,39	1,69	1,59	1,59	0,06
Carboidrato (%)	36,18	66,14	58,57	57,16	7,77
Proteína (g/Kg)	0,36	2,42	1,25	1,32	0,46
Proteína (%)	9,95	27,19	17,80	17,47	4,35
Lípido (%)	14,04	48,76	24,64	25,36	7,01
Cálcio (mg)	58,06	1893,00	669,07	702,60	384,38
Ferro (mg)	2,14	26,39	9,19	9,91	5,99
Fibras (g)	4,14	49,80	12,52	15,56	9,54
Recordatório (Kcal)	702,00	2073,00	1592,50	1497,21	341,68
FAO/OMS (Kcal)	1809,67	2461,93	2224,84	2204,18	159,10

Através dos resultados do Teste Exato de Fisher, verificou-se que a única variável que apresentou associação significativa com o IMC/idade foi Silhuetas, onde se observou que as meninas que possuíam Baixo IMC desejavam engordar e as que possuíam IMC adequado desejavam emagrecer ($p=0,016$). As demais comparações das variáveis (estatura/idade, tempo de balé, preocupação com o peso, número de refeições por dia, fez

dieta e se a dieta foi elaborada por profissionais) comparadas com o IMC/idade não foram estatisticamente significativas, conforme demonstrado na tabela 3.

Por meio dos resultados do Teste Exato de Fisher, verificou-se que apenas a variável Preocupação com o peso apresentou associação significativa com a Silhueta, onde se verificou que as meninas que desejavam engordar não possuíam preocupação com o

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

peso e as meninas que desejavam emagrecer possuíam preocupação com o peso ($p=0,018$). Verificou-se, também, que as bailarinas com

mais tempo de balé eram as que mais desejavam emagrecer, embora não tenha sido estatisticamente significativo (Tabela 4).

Tabela 3 - Comparação das variáveis com as categorias de resposta IMC/Idade

Variável	Categoria	IMC/Idade		P
		Baixo IMC	IMC Adequado	
Estatura/Idade	Altura baixa para a idade	33,3	-	0,10 (ns)
	Altura adequada para a idade	66,7	100,0	
Tempo de balé	Até 1 ano	-	4,0	0,38 (ns)
	2 anos	-	4,0	
	4 anos	33,3	4,0	
	5 anos ou mais	66,7	88,0	
Preocupação com o peso	Não	66,7	12,0	0,07 (ns)
	Sim	33,3	88,0	
Nº refeições por dia	Três vezes ao dia	-	4,0	1,00 (ns)
	Quatro vezes ao dia	33,3	32,0	
	Cinco vezes ao dia	66,7	60,0	
	Seis vezes ao dia	-	4,0	
Fez dieta	Não	100,0	76,0	1,00 (ns)
	Sim	-	24,0	
Dieta elaborada por profissionais	Não	100,0	96,0	1,00 (ns)
	Sim	-	4,0	
Silhuetas	Concordam com o seu peso atual	33,3	28,0	0,01*
	Desejam engordar	66,7	8,0	
	Desejam emagrecer	-	64,0	

(ns)= não significativo; * significativo $p<0,05$

Tabela 4 - Comparação das variáveis com as categorias de resposta das escalas de silhuetas

Variável	Categoria	Silhuetas (em relação ao seu peso)			P
		Concordam	Desejam engordar	Desejam emagrecer	
Idade	14	75,0	75,0	56,3	(na)
	15	12,5	25,0	12,5	
	16	12,5	-	6,3	
	17	-	-	18,8	
	18	-	-	6,3	
Tempo de balé	Até 1 ano	-	25,0	-	0,07 (ns)
	2 anos	-	-	6,3	
	4 anos	12,5	25,0	-	
	5 anos ou mais	87,5	50,0	93,8	
Preocupação com o peso	Não	12,5	75,0	6,3	0,01*
	Sim	87,5	25,0	93,8	
Nº refeições por dia	3 vezes/dia	-	-	6,3	0,95 (ns)
	4 vezes/dia	25,0	50,0	31,3	
	5 vezes/dia	75,0	50,0	56,3	
	6 vezes/dia	-	-	6,3	
Fez dieta	Não	75,0	100,0	75,0	0,67 (ns)
	Sim	25,0	-	25,0	
Dieta elaborada por profissionais	Não	100,0	100,0	93,8	1,00 (ns)
	Sim	-	-	6,3	

(na)= não aplicado teste estatístico; (ns)= não significativo; * significativo $p<0,05$

Tabela 5 - Comparação das variáveis quantitativas com as categorias de escala de silhuetas

<i>Variável</i>	<i>Silhueta</i>	<i>n</i>	<i>Média</i>	<i>DP</i>	<i>P</i>
Recordatório (Kcal)	Concordam com peso atual	8	1444,75	385,33	0,94 (ns)
	Desejam engordar	4	1523,50	368,92	
	Desejam emagrecer	16	1516,88	334,03	
Carboidrato (%)	Concordam com peso atual	8	59,00	6,38	0,62 (ns)
	Desejam engordar	4	59,89	3,55	
	Desejam emagrecer	16	55,56	8,98	
Proteína (g/kg)	Concordam com peso atual	8	1,11	0,44	0,13 (ns)
	Desejam engordar	4	1,62	0,27	
	Desejam emagrecer	16	1,34	0,48	
Proteína (%)	Concordam com peso atual	8	15,52	3,80	0,36 (ns)
	Desejam engordar	4	17,18	4,38	
	Desejam emagrecer	16	18,52	4,50	
Lipídeo (%)	Concordam com peso atual	8	25,48	5,42	0,684 (ns)
	Desejam engordar	4	22,93	4,13	
	Desejam emagrecer	16	25,90	8,33	
Cálcio (mg)	Concordam com peso atual	8	641,49	373,55	0,12 (ns)
	Desejam engordar	4	412,19	313,93	
	Desejam emagrecer	16	805,75	381,17	
Ferro (mg)	Concordam com peso atual	8	6,81	3,19	0,12 (ns)
	Desejam engordar	4	14,26	7,92	
	Desejam emagrecer	16	10,37	6,07	
Fibras (g)	Concordam com peso atual	8	12,35	5,12	0,82 (ns)
	Desejam engordar	4	14,73	7,03	
	Desejam emagrecer	16	17,37	11,52	
VET (Kcal)	Concordam com peso atual	8	2171,31 ^{AB}	161,19	0,02*
	Desejam engordar	4	2009,25 ^A	139,90	
	Desejam emagrecer	16	2269,35 ^B	119,52	

DP= Desvio-padrão; (ns)= não significativo; * significativo $p < 0,05$;

Médias seguidas de mesma letra não diferem entre si

Através dos resultados do teste não-paramétrico Kruskal-Wallis, verificou-se que a única variável que apresentou resultados significativos é Valor Energético Total (Kcal), onde se observou que meninas que desejavam engordar apresentavam uma recomendação de VET (Kcal) significativamente inferior ao consumo de meninas que desejavam emagrecer ($p=0,022$), conforme tabela 5.

DISCUSSÃO

Nesse estudo, verificou-se que a média da ingestão alimentar dos macronutrientes foi adequada, segundo as DRI's: carboidratos $57,16 \pm 7,77\%$, proteínas $17,47 \pm 4,35\%$ e lipídeos $25,36 \pm 7,01\%$. Notou-se que houve menor consumo de cálcio, ferro e fibras ($702,60 \pm 384,38$ mg/dia, $9,91 \pm 5,99$ mg/dia e $15,56 \pm 9,54$ g/dia, respectivamente) comparados com a referência. As Proteínas de Alto Valor

Biológico estavam acima do recomendado segundo a idade, tanto para as meninas de 14 anos quanto para as de 15 a 18 anos. A média do consumo calórico ingerido pelas bailarinas, segundo o Recordatório 24 horas, foi de $1497,21 \pm 341,68$ calorias, uma média menor que a preconizada no presente estudo de $2204,18 \pm 159,10$ calorias por dia.

Amaral, Pacheco e Navarro (2008) encontraram em estudo semelhante com bailarinas adolescentes um valor calórico ingerido de $1574,51 \pm 312,31$ calorias. O consumo de carboidratos entre elas foi de $54,84 \pm 5,23\%$. O consumo de ferro foi de $8,62 \pm 3,33$ mg e o de cálcio foi $489,02 \pm 269,48$, ambos abaixo do recomendado. Esse trabalho está de acordo com o presente estudo, o que nos faz perceber que o baixo consumo desses micronutrientes e a ingestão calórica insuficiente são comuns nessa faixa etária e nessa prática de dança. A adolescência, assim como a infância, também é um período suscetível à ocorrência de anemia, pois, além

de ser uma fase de crescimento intenso, entre as meninas há o início da perda de ferro nos ciclos menstruais (Sivan, 2008). O mesmo acontece com as necessidades de cálcio que são maiores durante a puberdade e a adolescência do que em qualquer outro período da vida, devido ao acelerado desenvolvimento muscular, esquelético e endócrino (Vitolo, 2009).

Nesse estudo, encontrou-se uma insatisfação corporal pela maioria das bailarinas, onde 57,1% desejavam emagrecer e 14,3% desejavam engordar. Em um estudo de auto percepção corporal com bailarinas realizado por Ferreira, Bergamin e Gonzaga (2008), que utilizou o mesmo instrumento do presente estudo, os resultados evidenciam uma preocupação com o peso corporal, onde apesar de se encontrarem com peso de baixo a adequado, há uma forte tendência para distorção da imagem corporal. Outro estudo com Haas, Garcia e Bertolotto (2010) também se observou insatisfação e distorção da imagem corporal com dançarinas de balé clássico e jazz.

Segundo Ribeiro e Veiga (2010), essa alta frequência de insatisfação entre os bailarinos é preocupante, uma vez que os mesmos já possuem corpos bastante magros e o desejo de perder ainda mais peso pode estimular a prática de comportamentos de risco para Transtornos Alimentares. Esses estudos, juntamente com a presente pesquisa, mostram-nos que é comum entre bailarinas a preocupação com o corpo, levando a uma distorção da imagem corporal e, consequentemente, uma ingestão alimentar inferior ao que é preconizado.

Da amostra total, 89% das bailarinas estavam com o IMC/idade adequado, o que difere da maioria dos estudos semelhantes, embora esses não tenham usado as curvas da OMS 2007, referência para classificação. Um estudo realizado por Passos e colaboradores (2010), que também utilizou IMC/idade, obteve-se um resultado diferente, onde a média dos adolescentes encontrava-se no percentil 85 e 97, classificados como sobrepeso e obesidade. Contudo esse estudo avaliou adolescentes comuns do sexo feminino, não praticantes de balé.

Do total da amostra estudada, 82,1% preocupava-se com o peso e 17,9% não. Isso pode ser explicado por se tratar-se de um público feminino na fase da adolescência.

Segundo Ferreira, Bergamin e Gonzaga (2008), a busca por um corpo ideal, que segue um padrão imposto pela mídia, leva a um descontentamento desses indivíduos, uma vez que não atingem o mesmo ou, se alcançam, não percebem e sempre têm uma ilusão de estarem acima do peso, mesmo quando lhes é mostrado os resultados do IMC e percentual de gordura, onde a grande maioria se encontra na normalidade ou abaixo dela.

Das meninas que fizeram dieta (21,4% do total), apenas 3,6% foram elaboradas por profissionais. Isso nos mostrou que a população feminina é bastante influenciada com a cultura da magreza, desencadeando muitas vezes hábitos alimentares errados e formas inadequadas de perda de peso.

Segundo Ferreira, Bergamin e Gonzaga (2008), por se tratar de bailarinas e sendo ainda adolescentes buscam uma melhora e se preocupam excessivamente com sua imagem. Juntamente com essa característica estão envolvidos outros fatores sociais e culturais, como a mídia, a cobrança dos professores, que repassam aos alunos a visão dos modelos de bailarinas dos grandes Balés contribuindo, direta ou indiretamente, para o reforço da insatisfação corporal dessas bailarinas.

Verificou-se, também, que as bailarinas, com mais tempo de balé, foram as que mais desejavam emagrecer, embora a diferença entre os valores não tenha sido estatisticamente significativo.

Em um estudo realizado por Haas, Garcia e Bertolotti (2010) constatou-se que há uma tendência ao perfeccionismo e menor massa corporal em mulheres que já dançaram, evidenciando que a ênfase na disciplina e estética corporal adequada para dançar desperta e/ou acentua certas características nas meninas praticantes de dança que as acompanha até a idade adulta.

CONCLUSÃO

No presente estudo, pode-se observar que entre as bailarinas há uma grande preocupação com o peso e uma distorção da imagem corporal, embora, a grande maioria esteja com o peso adequado para a idade.

Percebeu-se que a ingestão calórica diária encontrava-se abaixo do recomendado, assim como alguns nutrientes importantes para a faixa etária. É extremamente relevante

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

que se tenha uma maior atenção e que sejam realizados mais estudos com a população de bailarinas, visto que é um público muito suscetível a hábitos alimentares inadequados e por haver grande influência cultural, ambiental e, até mesmo, uma cobrança profissional na busca de um corpo magro.

Trabalhos de orientação e acompanhamento nutricional na adolescência atenuariam muitos casos de distorção corporal e, conseqüentemente, de transtornos alimentares.

REFERÊNCIAS

- 1- Amaral, R. K. S.; Pacheco, R. C.; Navarro, F. Perfil Nutricional e antropométrico de Praticantes de Ballet. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo. Vol. 2. Num. 7. 2008. p. 37-45.
- 2- Damasceno, V. O.; Lima, J. R. P.; Vianna J. M.; Vianna, V. R. A.; Novaes J. S. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Rev Bras Med Esporte*. 2005.
- 3- Ferreira, A.; Bergamin, R. A.; Gonzaga, T. L. Correlação entre medidas antropométricas e aceitação pessoal da imagem corporal em bailarinas de dança moderna. *Revista Movimento & Percepção*, Espírito Santo. Vol. 9. 2008.
- 4- Haas, A. N.; Garcia, A. C. D.; Bertoletti, J. Imagem corporal e bailarinas profissionais. *Rev Bras Med Esporte* [online]. Vol. 16. Num. 3. 2010. p. 182-185.
- 5- Kuawe, C. A. Hábito Alimentar e Composição Corporal de Bailarinos Contemporâneos e do Balé clássico. Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte, 15. Congresso Internacional de Ciências do Esporte, 3. Recife. Anais em Congresso. Recife: Universidade Federal de Goiás, 2007. Disponível em: <http://www.cbce.org.br/cd/resumos/012.pdf>. Acessado em 18/07/2010.
- 6- Mahan, L. K.; Escott-Stump, S.; Krause, M. V. Krause: alimentos, nutrição & dietoterapia. 12ª edição. São Paulo: Roca. 2010. p. 270-281.
- 7- Maturama, L. Imagem Corporal: noções e definições. *Efdeportes* [periódico na Internet]. abr. 2004. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd71/imagem.htm>. Acesso em 18/07/2010.
- 8- Passos, M. A. Z.; Cintra, I. P.; Branco, L. M.; Machado, H. C.; Fisberg, M. Body mass index percentiles in adolescents of the city of São Paulo, Brazil, and their comparison with international parameters. *Arq Bras Endocrinol Metab*. Vol. 54. Num. 3. 2010. p. 295-302.
- 9- Ribeiro, L. G.; Veiga, G. V. Imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em bailarinos profissionais. *Rev Bras Med Esporte* [online]. Vol. 16. Num. 2. 2010. pp. 99-102.
- 10- Santos, J.S.; e colaboradores. Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas - Bahia. *Rev. Nutr*. Vol. 18. Num. 5. 2005. p. 623-632.
- 11- Scagliusi, F. B.; Alvarenga, M.; Polacow, V.; Cordas, T. A.; Queiroz, G. K. O.; Coelho, D.; Philippi, S. T.; Lancha, L. H. Concurrent and discriminant validity of the Stunkard's figure rating scale adapted into Portuguese. *Appetite*, 47. 2006. p.77-82.
- 12- Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Orientações básicas para a coleta, o processamento, a análise de dados e a informação em serviços de saúde. 2004. Disponível em: http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/orientacoes_basicas_sisvan.pdf. Acessado em 30/07/2011.
- 13- Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN na assistência à saúde. 2008. Disponível em: http://www.fag.edu.br/professores/fabiana/Est%20E1gio%20ESCOLA/protocolo_sisvan.pdf. Acessado em 30/07/2011.
- 14- Stunkard, J.; Sorenson, T.; Schlusinger, F. Use of the Danish Adoption Register for the study oh obesity and thinness. In: KETY S. S., ROWLAND L. P., SIDMAN R. L., MATHYSSE S.W., editors. *The genetics of neurological and psychiatric disorders*. New York: Raven, 1983. p.115-20.

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

15- Vitolo, M. R. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro: Rubio. xxvi, 2009. p. 280-281.

16- World Health Organization | Health topics. Adolescent health Recuperado em: <http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/>. Acessado em 12/08/2010.

Recebido para publicação em 21/08/2011

Aceito em 30/08/2011